



تأثیر تمرینات هوازی و عصاره چای سبز بر درمان سرطان پروستات

در تازه‌ترین پژوهش انجام شده در دانشگاه بیرجند، نتایج تأثیر هشت هفته تمرین هوازی و مصرف عصاره چای سبز بر غلظت بافتی پروستات موش‌های صحرایی مبتلا به سرطان پروستات بررسی شد.

در تازه‌ترین پژوهش انجام شده در دانشگاه بیرجند، نتایج تأثیر هشت هفته تمرین هوازی و مصرف عصاره چای سبز بر غلظت بافتی پروستات موش‌های صحرایی مبتلا به سرطان پروستات بررسی شد.

به گزارش ایسنا، تغییر سبک زندگی با تغییر رژیم غذایی مناسب و شیوه زندگی فعال می‌تواند در پیشگیری و درمان انواع بیماری‌ها از جمله سرطان نقش مثبت و تأثیرگذاری داشته باشد.

هدف از تحقیق حاضر بررسی اثر هشت هفته تمرین هوازی همراه با مصرف عصاره چای سبز بر غلظت عامل هسته‌ای کاپا B، پروتئین توموری p 53 و سیکلواکسیژناز-2 در بافت پروستات موش‌های صحرایی مبتلا به سرطان پروستات بود. بدین منظور 90 سر موش صحرایی نر به طور تصادفی در 9 گروه تقسیم شدند.

به گفته صابر ساعد موجدی، دانشجوی دکتری فیزیولوژی ورزش دانشگاه بیرجند در این پژوهش برای القای سرطان، از تزریق سه ماده سیپروترون استات، تستوسترون پروپونات و ان نیتروزوان متیل اوره استفاده شد.

در ادامه تمرین هوازی روی نوارگردان، با سرعت 10-2 متر بر دقیقه (برای موش‌های سرطانی معادل 60 درصد VO 2 max و برای موش‌های سالم معادل 30 درصد VO 2 max) در سه نوبت 15 دقیقه‌ای در هر جلسه، با تناوب استراحتی دو دقیقه‌ای، پنج روز در هفته به مدت هشت هفته انجام شد.

عصاره چای سبز روزانه با مقدار 1.3 میلی لیتر از محلولی با غلظت 10 میلی گرم در 100 میلی لیتر (سه جلسه در هفته) گاوژ شد. این نتایج پیشنهاد می‌دهد که تمرینات طولانی مدت همراه با مصرف عصاره چای سبز می‌تواند سطوح NF- κ B و p 53 را در موش‌های مبتلا به سرطان پروستات کاهش دهد. با توجه به اهمیت شناخت درمان‌های تکمیلی در این زمینه، مطالعات آینده ضروری است.

نتایج این رساله دکتری به صورت مقاله‌ای با عنوان "Aerobic Training and Green Tea Extract Protect against NMU-induced Prostate Cancer" در ژورنال آمریکایی Medicine and Science in Sports and Exercise با ضریب تأثیر 4.48 =IF و رتبه 1 Q به چاپ رسیده است. این نشریه تخصصی دارای رتبه ششم از بین 83 ژورنال JCR حوزه علوم ورزشی است.